

Éclaboussures 2025-2026

Activités d'enrichissement distinctives à PDL

Activités	Pour qui ?	Buts	Comment
Famille bionique 4 x 60 minutes Parents et enfants (minimum 3 membres d'une même cellule familiale)	Familles (utilisation d'une aide flottante permise)	Récréation familiale	Jeux coopératifs et épreuves ludiques à l'honneur ! En compagnie d'un animateur énergique et créatif
AquaTechnoVision (ATV) 18 ans et +	Pour le nageur qui désire suivre son évolution technique, doit être inscrit à la session « Création d'habitudes de vie »	Découvrir avec fierté la qualité de son évolution technique durant l'année	Au début et en fin de saison : Production d'une vidéo des nages au choix du nageur, un rapport est rédigé et remis au nageur, une rencontre de 45 min en visioconférence avec l'entraîneur-chef.
Clinique brasse 3 x 45 minutes	Nageurs de 18 ans et plus Être au minimum de niveau Débutant 2	Découvrir et s'initier à la technique de la brasse	Par l'application d'une progression technique utilisant des éducatifs spécifiques à ce style de nage. Ancrage des acquis.
Clinique virage/coulée 3 x 45 min	Nageurs de 18 ans et plus Être au minimum de niveau Intermédiaire	Découvrir et s'initier aux virages et aux coulées des différents styles de nages compétitives	Par l'application d'une progression technique utilisant des éducatifs spécifiques à l'apprentissage de ces habiletés. Ancrage des acquis.
Clinique plongeurs de départ 3 x 45 min	Nageurs de 18 ans et plus Être au minimum de niveau Intermédiaire	Découvrir et s'initier aux différents plongeurs de départ des différents styles de nages compétitives	Par l'application d'une progression technique utilisant des éducatifs spécifiques à l'apprentissage de ces habiletés. Ancrage des acquis.

Horaire et tarifs Éclaboussures

Activités	Dates et heures	Tarifs	Notes
Famille bionique 4 x 60 minutes Parents et enfants (minimum 3 membres d'une même cellule familiale)	Vendredis à 19h30 : 26 sept + 17 oct + 7 et 28 nov 2025 Dimanches à 12h : 28 sept + 19 oct + 9 nov + 30 nov 2025	180\$	<ul style="list-style-type: none"> • Les conditions et les périodes d'inscription pour les activités « Éclaboussures » sont les mêmes que celles des sessions régulières • Pour toutes inscriptions à l'une ou l'autre des activités « Éclaboussures », les coûts sont payables en totalité à la réception de la facture électronique • Des frais de 40\$ seront retenus dans le cas d'une annulation moins de 7 jours avant la première séance. Aucun remboursement ne sera possible si annulation moins de 48hrs avant la première séance • Un nombre minimum de participants est requis pour une saine gestion des activités • Aucune possibilité de reprise de cours
AquaTechnoVision (ATV) 18 ans et +	Lors de votre séance d'entraînement. Une vidéo de départ dans la semaine du 28 septembre 2025 et une vidéo d'évolution dans la semaine du 12 avril 2026.	210\$	
Clinique brasse 3 x 45 minutes Gratuit pour les nageurs inscrits en Débutant 2 ou Intermédiaire-avancé	Jeudis à 19h30 : 2, 9 et 16 oct 2025	150\$	
Clinique virage/coulée 3 x 45 min Gratuit pour les nageurs inscrits en Intermédiaire-avancé	Mardis à 19h30 : 30 sept - 7 et 14 oct 2025	150\$	
Clinique plongeurs de départ 3 x 45 min Gratuit pour les nageurs inscrits en Intermédiaire-avancé	Jeudis à 19h30 : 25 nov + 2 et 9 déc 2025	150\$	